

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. *Full Day School*

a. Pengertian *Full Day School*

Full day school merupakan terobosan baru dalam dunia pendidikan yang sangat inovatif dan kreatif. Menurut Achmed El-Hisyam (2009) dalam Asmani (2017 :17), sejarah munculnya program *full day school* lahir pada tahun 1980-an di Amerika Serikat yang diterapkan untuk sekolah Taman Kanak-kanak, yang akhirnya melebar ke jenjang sekolah dasar hingga sekolah menengah atas. Pada saat *full day school* mulai diterapkan memiliki point kritis yaitu biaya yang sangat mahal. Hal ini disebabkan kebutuhan dan kualitas staf pengajar yang harus *stand by* serta penanganan manajemen sekolah untuk terus menjaga rasio keseimbangan jumlah siswa, staf pengajar dan ruang pembelajaran.

Menurut etimologi kata *full day school* berasal dari bahasa inggris yaitu, *full* yang memiliki arti penuh, *day* yang memiliki arti hari, dan *school* yang memiliki arti sekolah. Jadi bila digabung, *full day school* adalah sepanjang hari atau proses belajar mengajar yang dilakukan dari pagi hari hingga sore hari. Sedangkan menurut Asmani (2017 :19) *Full day school* merupakan model sekolah umum yang memadukan sistem pengajaran islam secara intensif, yaitu dengan memberi tambahan waktu khusus untuk pendalaman keagamaan siswa.

Hal tersebut diperkuat oleh Baharuddin (2014 :218) yang menyatakan *full day school* adalah sekolah yang dirancang sedemikian rupa layaknya sekolah formal, juga didesain mampu memberikan harapan pasti terhadap masyarakat. Dalam praktiknya, sekolah yang bersistem *full day school* tidak hanya berbasis sekolah formal, namun juga informal. Sistem pengajaran yang menyenangkan karena guru dituntut untuk bersikap profesional, kreatif, dan inovatif. Menurut Basuki (dalam Baharuddin, 2014 :221) sebagian waktu digunakan untuk program pelajaran yang suasananya informal, tidak kaku, menyenangkan, dan membutuhkan kreativitas dan inovasi guru.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa *full day school* merupakan gagasan atau terobosan yang berasal dari Amerika Serikat. *Full day school* merupakan suatu program sekolah umum sehari penuh dari pagi hingga sore hari yang memadukan sistem pembelajaran islam yang secara intensif .

b. Tujuan *Full Day School*

Full day school bisa menjadi suatu jawaban alternatif untuk mengatasi berbagai masalah pendidikan masa sekarang baik dalam prestasi, akademik, dan akhlak atau moral. Dengan masuk ke sekolah *full day school*, orang tua setidaknya dapat mencegah dan menetralsir kemungkinan kegiatan-kegiatan negatif. Semakin hari kenakalan pada siswa semakin meningkat. Kenakalan pada siswa telah banyak yang sudah melewati batas seperti, miras, mabuk lem, mengonsumsi obat-obatan terlarang dan sebagainya. Hal ini karena orang tua tidak mengontrol secara penuh karena

sibuk bekerja dari pagi hari hingga sore hari, waktu luang siswa sepulang sekolah banyak digunakan kedalam hal-hal yang kurang bermanfaat.

Hal tersebut menjadi motivasi orang tua siswa untuk memasukkan anaknya ke sekolah *full day school*. Hal ini karena *full day school* merupakan sekolah formal yang sekaligus mampu memberikan kegiatan-kegiatan yang positif pada siswa. Menurut (Baharuddin, 2014 :223) ada beberapa alasan mengapa *full day school* menjadi pilihan. Pertama, semakin meningkatnya jumlah orang tua tunggal (*single parent*) dan banyaknya aktivitas orang tua (*parent-career*) yang kurang memberikan perhatiannya kepada siswa, terutama yang berhubungan dengan aktivitas siswa setelah pulang dari sekolah.

Kedua, perubahan pada sosial budaya yang terjadi dimasyarakat. Perubahan dari masyarakat agraris menuju masyarakat industri. Perubahan demi perubahan tersebut berpengaruh pada pola pikir dan cara pandang masyarakat. Semakin berkembang dan majunya sains, komunikasi dan informasi lingkungan kehidupan perkotaan yang menjurus ke arah individualisme. Hal tersebut dapat mempengaruhi siswa menjadi pribadi yang individualisme dan kurangnya sosialisasi dengan lingkungan masyarakat.

Ketiga, perubahan sosial budaya yang mempengaruhi dapat mempengaruhi pola pikir dan cara pandang masyarakat. Masyarakat industri mengukur suatu keberhasilan dengan materi, hal ini sangat berpengaruh terhadap pola kehidupan masyarakat yang akhirnya berdampak pada perubahan peran seseorang. Dahulu peran ibu hanya

sebagai ibu rumah tangga dan mendidik siswanya mulai bergeser dengan adanya perubahan zaman. Peran seorang ibu sekarang bukan hanya menjadi ibu rumah tangga, namun juga dituntut untuk berkarier di luar rumah, hal ini mereka lakukan karena ada alasan tersendiri. Ada yang memang dengan alasan ekonomi, aktualisasi diri, dan ada yang ingin potensi yang ada pada dirinya dapat dimanfaatkan untuk kemaslahatan umat.

Keempat, kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan yang begitu cepat dan jika tidak digunakan dengan baik dapat menjadi bumerang untuk dirinya sendiri. Pada era globalisasi sekarang kemajuan teknologi komunikasi semakin canggih dan maju seolah-olah dunia tanpa batas (*borderless world*). Semakin banyaknya program televisi serta semakin menjamurnya stasiun televisi membuat siswa lebih suka untuk duduk didepan televisi dan bermain *play station*.

Dari beberapa perubahan-perubahan diatas merupakan suatu *signal* penting untuk mencari solusi dari masalah-masalah tersebut. Akhirnya, para praktisi pendidikan berfikir keras untuk merumuskan suatu paradigma baru dalam dunia pendidikan. Untuk memaksimalkan waktu luang siswa sepulang sekolah agar lebih berguna, maka diterapkan sistem *full day school* dengan tujuan membentuk akhlak dan akidah dalam menanamkan nilai-nilai yang positif, mengembalikan manusia pada fitrahnya sebagai *khalifah fil ard* dan sebagai hamba Allah, serta memberikan dasar yang kuat dalam belajar segala aspek.

c. Kelebihan dan Kekurangan *Full Day School*

Sebagai terobosan baru di dunia pendidikan *full day school* memiliki daya tarik tersendiri di kalangan orang tua siswa. Banyak orang tua yang menyadari tantangan dari zaman yang semakin maju dan semakin berkembang dimana peran orang tua sudah tidak dominan dalam pendidikan siswa. Di sini orang tua mulai tertarik dengan *full day school* yang tidak lepas dari berbagai keunggulan yang dimilikinya. Di bawah ini akan dijelaskan beberapa keunggulan *full day school* menurut (Asmani, 2017 :31)

1. Optimalisasi Pemanfaatan Waktu

Keunggulan pertama *full day school* yaitu belajar sepanjang hari yang menjadi bukti penghargaan yang tinggi terhadap pemanfaatan waktu. Memanfaatkan waktu itu berarti menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya serta menggunakan waktu untuk hal yang bermanfaat dan tidak di buang dengan sia-sia. Untuk memanfaatkan waktu sendiri ada tiga hal besar yang dapat menyita sebagian besar waktu.

Pertama, menggunakan waktu kosong sebaik-baiknya. Memanfaatkan waktu kosong dengan sebaik-baiknya mengisi waktu kosong tersebut dengan hal-hal positif. Kedua, membuat target waktu (*deadline*). Membuat target waktu untuk setiap pekerjaan ataupun setiap harinya itu sangat penting agar dapat mengelola waktu dengan baik di setiap hariya. Perlu diingat bahwa target waktu diri sendiri lebih penting daripada target waktu orang lain, karena memenuhi target waktu diri sendiri berarti secara terus-menerus dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai. Ketiga, berbagilah cerita dengan orang lain. Ketika sedang membicarakan aspirasi

dan tujuan spesifik diri sendiri kepada orang lain, secara otomatis itu dapat meningkatkan motivasi diri.

Tiga cara mengisi waktu diatas sangat penting diterapkan dan di praktikan dalam kehidupan sehari-hari baik dirumah maupun di sekolah. Dengan tujuan, tidak membuang waktu secara sia-sia namun memanfaatkan waktu bernilai positif bagi kualitas kehidupan. *Full day school* mendidik siswa secara langsung bagaimana mengisi waktu dengan hal-hal bermanfaat untuk masa depan.

2. Intensif Menggali dan Mengembangkan Bakat

Dengan alokasi waktu yang sangat luas, waktu untuk menggali dan mengembangkan siswa terbuka lebar. Program terencana, terukur, dan sistematis sangat dibutuhkan untuk menyukkseskan pengembangan bakat. *Full day school* jangan hanya diisi tenaga pengajar yang mengisipelajaran kognitif-afektif saja, tetapi harus dilengkapi dengan tenaga pengajar yang menguasai aspek psikomotorik atau *life skills*. Dari sinilah bakat berkembang dengan cepat dalam waktu yang tidak lama, siswa menjadi bertalenta, dinamis, produktif, dan kompetitif tentu harus diimbangi dengan tingkat persaingan dan kompetisi yang ketat agar kemampuan terbaik yang lahir dengan maksimal dan memuaskan.

3. Menanamkan Pentingnya Proses

Menjadi orang hebat, besar dan berbakat memerlukan proses yang panjang, berliku dan tantangan yang banyak. Semua proses dilalui dengan kerja keras, kesabaran yang tinggi, dan konsistensi dalam melakukan yang terbaik bukan dengan sekali jadi, instan, dan jangka pendek. Dengan

proses panjang, orang menjadi terlatih, matang, penuh pengalaman, cermat, dan semakin profesional dalam bidangnya.

Full day school yang memakan waktu panjang dari pagi hari hingga sore hari yang mengajarkan kepada siswa bahwa keunggulan, prestasi, dan kehebatan harus dilalui dengan kerja keras, waktu lama, proses yang melelahkan, dan konsistensi pada jalan yang benar. Siswa akan melihat bahwa dengan waktu belajar yang lebih lama dan lebih keras, kemampuan pada siswa akan lebih terasah, matang kepribadiannya, teruji mentalnya, dan mendalam serta detail pengetahuannya, menjadi seorang profesional sejati dan dikagumi banyak orang. *Full day school* memberi inspirasi besar dalam memompa semangat belajar keras dan menanamkan kegigihan proses sepanjang masa.

4. Fokus dalam Belajar

Waktu belajar di sekolah lebih lama dari sistem sekolah pada umumnya. Ini memudahkan pihak sekolah untuk membuat jadwal pembelajaran, mana yang diajarkan pada pagi hari dan mana yang diajarkan pada siang atau sore hari. Dengan begini, konsentrasi dan fokus belajar siswa terbentuk dengan sendirinya. Dengan fokus, belajar menjadi lebih mudah dan efektif. Fokus adalah kekuatan dahsyat yang mampu menembus belenggu kebodohan yang menyelimuti dan menguasai seseorang. Fokus membuat hasil yang di capai seseorang melebihi dari biasanya.

Fokus dalam satu bidang membuat seseorang mampu menguasai sepenuhnya bidang yang menjadi fokus. Sekalipun dalam satu bidang terdapat persaingan sengit, dimana yang bekerja keras, belajar keras,

berkarya hebat, dan fokus akan meraih prestasi yang menakjubkan. *Full day school* memberikan pelajaran berharga bagaimana fokus menjadi tip efektif dalam kegiatan belajar mengajar, proses pengalihan, pengembangan bakat, dan peningkatan inovasi, kreativitas, dan produktivitas. *Full day school* mampu memanfaatkan kelebihan waktu yang tidak ada pada sistem konvensional untuk membuat alokasi waktu secara efektif agar fokus dan konsentrasi siswa tidak terpecah belah, dalam waktu fokus terhadap satu bidang sehingga hasil yang diperoleh memuaskan.

5. Memaksimalkan Potensi

Sebagian besar seseorang tidak menyadari bahwa dirinya terdapat kekuatan atau potensi yang besar dahsyat dan luar biasa. Namun, kekuatan atau potensi tersebut tidak akan tampil kalau tidak digali dan memunculkannya ke permukaan agar mampu merubah sejarah dan meningkat secara cepat dan eksploratif. *Full day school* mempunyai peluang yang besar mewujudkan impian besar ini. Menyadarkan siswa akan adanya kekuatan besar atau potensi yang besar dalam dirinya, serta mampu mengasah dan mengembangkannya sehingga muncul ke permukaan. Tujuan memaksimalkan potensi ini tidak lain supaya siswa mampu mengeluarkan kemampuan terbaiknya sepanjang masa.

Seseorang bisa menampilkan kemampuan terbaiknya ketika diberikan tantangan terus-menerus sehingga muncul motivasi-motivasi yang kuat untuk menjawab semua tantangan yang ada dengan segenap kemampuan terbaiknya sampai tak mampu lagi menambah kemampuan lebih. Oleh karena itu, setiap manusia diwajibkan untuk terus belajar, menampilkan

kemampuan-kemampuan terbaiknya demi meraih prestasi yang menakjubkan. *Full day school* sangat potensial dalam memaksimalkan potensi siswa sampai pada level kemampuan terbaik karena alokasi waktu yang begitu melimpah ruah

6. Mengembangkan Kreativitas

Full day school mampu menumbuhkan dan mengembangkan kreativitas. Waktu yang cukup luas pada sistem *full day school* membuat pengelolanya dapat mengalokasikan waktu yang cukup untuk membangkitkan kreativitas dengan kegiatan-kegiatan *life skill* yang memadai. Praktik yang diperbanyak akan memunculkan kreativitas siswa didik dalam memahami dan menguasai materi yang disampaikan. Memunculkan kreativitas siswa bukan hal yang mudah, ada yang mempengaruhi kreativitas siswa baik dari faktor internal maupun eksternal. Faktor internal yang meliputi aspek kognitif, seperti kecerdasan, dan aspek non kognitif seperti sikap, motivasi, nilai, spiritualitas dan ciri kepribadian lainnya. Sementara faktor eksternal meliputi kebudayaan tempat siswa hidup dan berinteraksi dengan lingkungan.

Konsep belajar sehari penuh disekolah ini dapat meningkatkan kreativitas siswa lebih cepat karena waktu disekolah lebih panjang. *Full day school* mempunyai fungsi strategis untuk mengembangkan kreativitas siswa sehingga penerus bangsa ini mampu menjadi penerus yang kreatif yang tampil sebagai pemenang dalam percaturan global.

7. Siswa Terkontrol dengan Baik

Full day school memudahkan kalangan pendidik dan orang tua dalam mengontrol perkembangan psikologis, moralitas, spiritualitas, karakter siswa. Melihat sekarang pergaulan yang begitu bebas, *full day school* bisa menjadi solusi yang terbaik bagi pengembangan intelektual dan moralitas siswa, orang tua yang sibuk diluar rumah, kalangan pendidik yang risau terhadap minimnya waktu belajar, dan masyarakat luas yang cemas terhadap seragan budaya luar. Dunia yang sudah demikian bebas menyebabkan siswa-siswa sulit untuk dibatasi pergaulan dan aktivitasnya. Di sinilah *full day school* tampil sebagai salah satu solusi mengontrol siswa. Selama siswa di sekolah, selama itu pula monitoring terhadap siswa dapat dilakukan dengan baik dan memuaskan. Para guru dapat mengawasi, mengarahkan, dan membimbing pergaulan dan kegiatan siswa.

Tujuh keunggulan *full day school* diatas menjadi poin yang sangat penting dan berharga bagi orang tua dalam menyekolahkan anaknya ke lembaga pendidikan yang menerapkan sistem tersebut. *Full day school* yang dikelola dengan profesional, akuntabel, dan partisipatif dapat menyakinkan orang tua siswa untuk menyekolahkan siswanya ke sekolah tersebut. Orang tua siswa yang ingin menyekolahkan siswanya ke lembaga *full day school* harus mengecek, mengevaluasi, dan memastikan bahwa *full day school* tersebut benar-benar mencetak siswa bangsa yang berkualitas tinggi, bermoral luhur, dan berdedikasi penuh bagi nusa dan bangsa.

Ketujuh kelebihan *full day school* yang menjadi point plus untuk menjadi acuan orang tua menyekolahkan siswanya di lembaga yang menerapkan *full day*

school. Dari kelebihan-kelebihan *full day school* diatas ada tiga kelemahan *full day school* yang harus dicarikan solusinya. Dibawah ini kekurangan *full day school* menurut (Asmani, 2017 :49).

1. Minimnya Sosialisasi

Kelemahan terbesar *Full day school* ada pada waktu sosialisasi dan kebebasan siswa yang sangat minim. Dengan waktu sekolah dari pagi hari hingga sore hari, siswa kembali kerumah pada sore hari bisa hingga sore hari menjelang malam. Kondisi tubuh yang sangat letih pada waktu pulang sekolah karena seharian berada di sekolah. Sepulang sekolah, siswa lebih memilih beristirahat atau menyelesaikan tugas sekolah untuk esok hari di bandingkan bermain dengan teman sebayanya dirumah.

Keadaan seperti ini menyebabkan siswa kehilangan kehidupan sosialnya di lingkungan masyarakat. Orang yang ditemui oleh siswa hanya teman lingkungan sekolah dan orang yang berada dirumahnya. Siswa menjadi lupa bagaimana cara berinteraksi dengan lingkungan sekitar akibat waktunya di habiskan di sekolah. Setelah lulus siswa akan membutuhkan adaptasi lama dengan lingkungan sekitarnya.

2. Minimnya Kebebasan

Dalam masalah kebebasan siswa, menurut (Taufiqurrohman: 2009 dalam Asmani: 2017), dunia siswa tidak lepas dari bermain dan permainan. Siswa perlu bersosialisasi dengan teman sebayanya yang ada di lingkungan sekitar rumahnya. Siswa perlu sering bertatap muka, berinteraksi, dan bercanda tawa dengan orang tua ataupun saudara-saudaranya, hal tersebut

untuk meningkatkan hubungan antara orang tua dengan siswa dan hubungan antar saudara menjadi lebih erat.

Program *full day school* memang menyajikan berbagai pola permainan edukatif bagi siswa. Akan tetapi, bagaimanapun juga jiwa siswa yang masih terikat dengan peraturan sekolah yang setiap siswa tidak suka untuk menerima aturan tersebut. Pulang sekolah, sehabis mandi dan makan bersama orang tua, siswa langsung belajar dan mengerjakan tugas rumahnya. Fokus siswa terkuras hanya untuk sekolahnya, akibatnya siswa tumbuh dengan situasi jauh dengan teman di lingkungannya sejak awal. Hal ini mengakibatkan sosialisasi dan kebebasan siswa menjadi sangat terbatas. Siswa tumbuh menjadi seorang yang individualisme yang tinggi.

3. Egoisme

Pada *full day school* siswa berada di sekolah mulai dari pagi hari hingga sore hari yang membatasi kebebasan dan sosialisasi siswa di lingkungan rumahnya. Hal tersebut membuat siswa rentan memiliki perasaan sombong dan tinggi hati. Siswa tidak melihat kerasnya persaingan di dunia luar, dunianya hanya terbatas pada pagar sekolah, area sekolah dan area rumahnya.

Oleh karena itu, penerapan program *full day school* perlu dilengkapi dengan program program rekreatif dalam pembelajaran agar tidak timbul kebosanan bagi siswa yang menempuh studi. Program itu juga perlu dilengkapi dengan sistem komunikasi dan koordinasi antara sekolah dan orang tua di rumah melalui buku penghubung atau sejenisnya. Sebab, penyelenggaraan *Full day school* siswa banyak berada di sekolah dan

menghabiskan waktunya di sekolah. Guru harus menjadi *uswatun hasanah*, menjadi contoh dan model perilaku sisial, emosional, dan spiritual yang baik bagi siswa.

2. Kecerdasan Emosional

a. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kata emosi yang berasal dari bahasa latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Menurut Daniel Goleman (2001 :512) merupakan suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Pada dasarnya Emosi merupakan suatu dorongan untuk bertindak. Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Sebagai contoh emosi sedih yang mendorong seseorang untuk menangis, juga dapat berupa kasih sayang, cinta bahkan sebuah kebencian. Emosi dapat dirumuskan sebagai suatu respon Emosi dapat dirumuskan sebagai suatu respon terhadap sebuah ransangan atau stimulus baik dari dalam dirinya maupun luar dirinya.

Kecerdasan Emosional atau *emotional intelligence* merujuk pada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan motivasi diri sendiri, dan mengelola emosi pada diri sendiri dan hubungan dengan orang lain (Goleman, 2001 :513). Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan.

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional.

Gardner dalam bukunya yang berjudul *Frame Of Mind* (Goleman, 2001 : 50-53) mengatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spektrum kecerdasan yang lebar dengan tujuh varietas utama yaitu linguistik, matematika/logika, spasial, kinestetik, musik, interpersonal dan intrapersonal. Kecerdasan ini dinamakan oleh Gardner sebagai kecerdasan pribadi yang oleh Daniel Goleman disebut sebagai kecerdasan emosional.

Dalam rumusan lain, Gardner menyatakan bahwa inti kecerdasan antar pribadi itu mencakup “kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, temperamen, motivasi dan hasrat orang lain.” Dalam kecerdasan antar pribadi yang merupakan kunci menuju pengetahuan diri, ia mencantumkan “akses menuju perasaan-perasaan diri seseorang dan kemampuan untuk membedakan perasaan-perasaan tersebut serta memanfaatkannya untuk menuntun tingkah laku”. (Goleman, 2001 : 53).

Berdasarkan kecerdasan yang dinyatakan oleh Gardner tersebut, Salovey (Goleman, 2003) memilih kecerdasan interpersonal dan kecerdasan intrapersonal untuk dijadikan sebagai dasar untuk mengungkap kecerdasan emosional pada diri individu. Menurutnya kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi

orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kecerdasan seseorang dalam mengelola emosinya. Kecerdasan emosional dalam penelitian ini yang mencakup kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

b. Aspek-aspek kecerdasan Emosional

Goleman mengutip Salovey (2003:58-59) menempatkan menempatkan kecerdasan pribadi Gardner dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicetuskannya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi lima kemampuan utama, yaitu :

a. Mengenali Emosi Diri

Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai metamood, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati, bila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi. Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi.

b. Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang ditimbulkannya serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan.

c. Memotivasi Diri Sendiri

Presatasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasisme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

d. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

e. Membina Hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan keterampilan yang dapat menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan individu. Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam

keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkannya dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain.

Orang-orang yang hebat dalam keterampilan membina hubungan ini akan sukses dalam bidang apapun. Orang berhasil dalam pergaulan karena mampu berkomunikasi dengan lancar pada orang lain. Orang-orang ini populer dalam lingkungannya dan menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuannya berkomunikasi. Ramah tamah, baik hati, hormat dan disukai orang lain dapat dijadikan petunjuk positif bagaimana siswa mampu membina hubungan dengan orang lain. Sejauhmana kepribadian siswa berkembang dilihat dari banyaknya hubungan interpersonal yang dilakukannya.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, penulis mengambil komponen-komponen utama dan prinsip-prinsip dasar dari kecerdasan emosional sebagai faktor untuk mengembangkan instrumen kecerdasan emosional.

B. Kajian Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yang terdahulu yang relevan atau sesuai dengan substansi yang akan diteliti. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu :

Tabel 2 .1 Penelitian Yang Relevan

No.	Nama	Tahun	Judul	Variabel	Persamaan dan Perbedaan
1.	Nur Asni Afiana Afiah	2014	“Pengaruh Implementasi <i>Full Day School</i> Terhadap Tingkat Kecerdasan Emosional dan Penyesuaian Sosial Di MI Sultan Agung Sleman”	Implementasi <i>Full Day School</i> , kecerdasan emosional siswa, penyesuaian sosial.	Persamaannya yaitu sama-sama meneliti implementasi <i>full day school</i> dengan kecerdasan emosional siswa. Perbedaannya terletak pada tempat pelaksanaan penelitiannya, dan variabel yang diteliti. Pada penelitian ini menggunakan kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial.
2.	Mahpudin	2017	“Peran Sekolah Penuh (<i>Full Day School</i>) Dalam Pembentukan Kecerdasan ESQ (EQ&SQ) DI SMP Negeri 13 Malang”	<i>Full Day School</i> , kecerdasan ESQ	Persamaannya yaitu sama-sama meneliti <i>full day school</i> dan kecerdasan emosional. Perbedaannya terletak pada tempat pelaksanaan penelitiannya, dan variabel yang diteliti. Pada penelitian ini tidak hanya EQ namun juga Sqnya .

Sumber: Olahan Peneliti

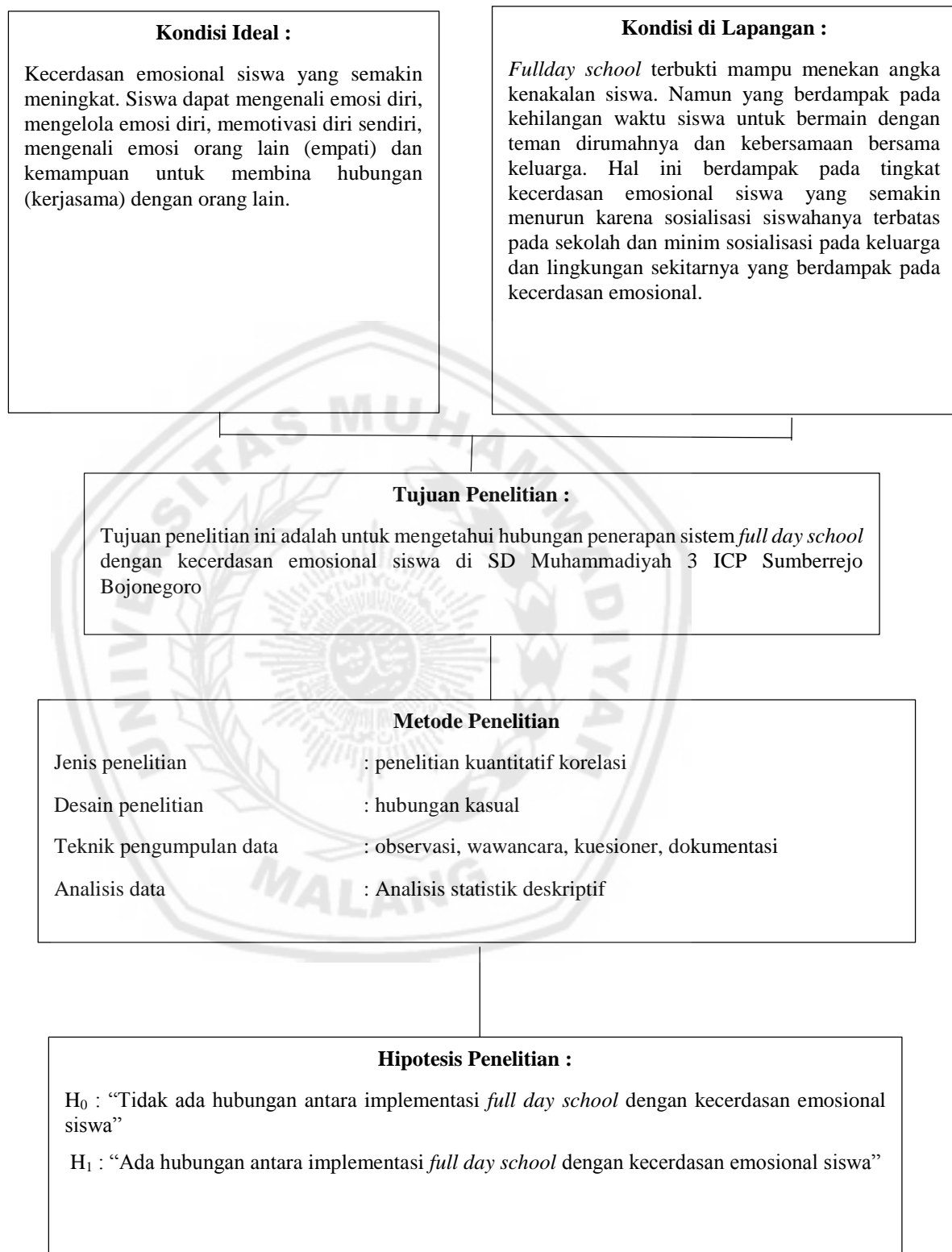
C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian teoritik di atas, maka hipotesis penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Hipotesis alternatif (Ha) : “Ada hubungan antara implementasi *full day school* dengan kecerdasan emosional siswa”
2. Hipotesis nihil (Ho) : “Tidak ada hubungan antara implementasi *full day school* dengan kecerdasan emosional siswa”

D. Kerangka Pikir

Kerangka Pikir



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir